

PROGRAMME TAPASS*



VOUS AVEZ PLUS DE 60 ANS
ET VOUS AVEZ ENVIE D'AGIR
SUR VOTRE BIEN ÊTRE ?

RÉUNION D'INFORMATION SUR INSCRIPTION



RENDEZ-VOUS LE 12 MARS 2024
À 10 HEURES POUR UNE RÉUNION D'INFORMATION SUR LE
PARCOURS TAPASS



AU CENTRE SOCIOCULTUREL LES LONGS PRÉS
1 RUE LONGS PRÉS
35700 RENNES



02.99.38.43.86
accueil@leslongspres.fr



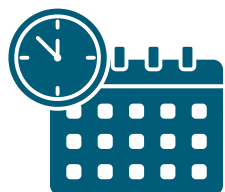
ACCÈS EN BUS
• LIGNE 14 ARRÊT LONG PRÉS 14
• LIGNE C5 ARRÊT LE BLIZZ C5

GRATUIT

*Temps d'Accompagnement pour la Prévention
et l'Amélioration de la Santé des Seniors



ORGANISATION



DE MARS À DÉCEMBRE 2024



TOUS LES MARDIS DE 10H À 12H
EN DEHORS DES VACANCES SCOLAIRES



10 RENCONTRES INDIVIDUELLES
AVEC UNE ERGOTHÉRAPEUTE



23 ATELIERS COLLECTIFS, EXEMPLES :

- BOUGER EN TOUTE CONFIANCE
- SE CONNECTER AU VIVANT
- CUISINER ET MANGER
- AGIR ENSEMBLE

INFORMATIONS UTILES

Les dates et le lieu de rencontre pour les séances individuelles sont choisis par le participant et l'ergothérapeute.

Les ateliers collectifs se dérouleront tous les mardis en dehors des vacances scolaires au Centre Socio-Culturel des Longs Prés.

INFORMATIONS PRATIQUES



Inscriptions : auprès au centre socioculturel Les Longs Prés

- Sur place
- Au 02.99.38.43.86
- à l'adresse accueil@leslongspres.fr



Pour tout renseignement ou en cas d'empêchement, contacter le 02.99.38.43.86



EN SAVOIR UN PEU PLUS SUR NOUS...

L'IFPEK

Depuis plus de 20 ans, l'IFPEK forme des professionnels des secteurs paramédicaux et de la rééducation : pédicures-podologues, ergothérapeutes, masseurs-kinésithérapeutes. L'IFPEK regroupe un réseau d'experts et de professionnels en santé pour préserver l'autonomie des personnes retraitées.

LE CENTRE SOCIOCULTUREL LES LONGS PRÈS

Le centre socioculturel Les Longs Prés, situé à proximité du Parc des Gayeulles, propose une diversité d'activités et de services à destination des plus de 60 ans. Des activités liées à la santé sont organisées tous les jeudis, permettant aux habitants du quartier d'acquérir des connaissances sur différentes thématiques de santé.

LA COORDINATION DES ÂÎNÉS

La coordination des aînés de Maurepas accompagne les aînés du quartier et crée des événements conviviaux et intergénérationnels. Elle réunit :

- Des acteurs médico-sociaux
- Des animateurs et médiateurs des structures socio-culturelles
- Des associations de solidarité et de lien
- Les bailleurs sociaux et la ville de Rennes.